

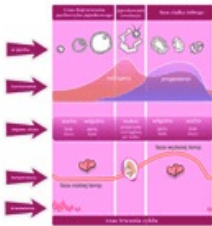
## Sin utilizar contraceptivos, sin miedo, solo el conocimiento y la biología pura

No busques más alternativas, solo el conocimiento sobre tu cuerpo asegura tu comodidad.

## Aprende como reconocer las señales de tu cuerpo

Tu cuerpo envía señales especiales. Recógelas en tu gráfico de fertilidad y aprende como analizarlas.

Przewidywanie zachodzących w cyklu miesięcznym



Después de una corta lección de biología tu entenderás las reglas que controlan tu cuerpo.

Después de observar correctamente tu ciclo por primera vez, podrás ver como funciona tu cuerpo.

### Fases del ciclo

Conoce 28dias, aprende sus opciones, recopila información, analiza tus gráficos de fertilidad.

Lee los documentos de aprendizaje y conoce como funciona tu cuerpo. De esta forma podrás descubrir tus ritmos naturales.

### Mira como funcionan los gráficos



Observa tu cuerpo, recoge la información, analízala y úsala para lograr tu objetivo. Mira como funcionan los gráficos.

### Opciones 28dias - presentación

#### La comunidad 28dias

Más de **500.000** comentarios

Casi treinta mil (30.000) **cuentas registradas**

Setenta mil (70.000) **gráficos creados**

### Lee sobre las transformaciones hormonales



Ya es miembro? [Entrar](#)

**Crea tu cuenta, regístrate!**

Se tarda sólo 30 segundos

28dias esta destinado a ti si:

**estas tratando de concebir**

**no usas anticonceptivos**

**quieres postponer o planear tu embarazo**

**Gracias a la observación de tu ritmo natural, puedes:**

- Identificar las posibles causas de un periodo demasiado largo buscando la concepción.
- Preparar y planificar el mejor momento para quedar embarazada.
- Descubrir cuando es el momento más fértil.
- Diagnosticar el estado de tu salud.

Proyecta **el futuro nacimiento** de tus hijos. Complétalo de una forma sencilla y mira los resultados. Puedes programar hasta con **5 años de antelación**.

[Calculadora de embarazo](#)

### Lee sobre ovulación

